



ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Обед для обучающихся с 7 по 11 класс, получающих питание за счет
родительских средств (шведский стол)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	9204	Дыня свежая Дыня св.	200	1,56	0,78	19,24	90,22
Таб.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Молдова	120	0,48	0,48	11,76	53,28
УКС КОП №62	11625	Салат "Бодрость" Морковь свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Свекла п/ф / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное / Лимонная кислота	100	2,37	5,07	11,08	99,43
укс	9308	Салат с крабовыми палочками и огурцом Огурец свежий / Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Соус майонезный / Соль йодированная / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная	100	5,03	15,83	6,74	189,55
43/97	7023	Салат "Степной" Салат Степной (Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые)	60	1,06	6,05	5,21	79,53
Вторые блюда							
ТТК №31	БП-00000517	Биточки рубленные из мяса Фарш (гов-чур) / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Хлеб из пшеничной муки в/с	50	7,10	7,12	13,23	145,38
№ 294/96	3700	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко сгущенное / Сырники классические п/ф (Дана) / Масло растительное	90/10	21,47	13,74	23,49	303,50
450/96	2026	Цыплята жареные / Масло растительное / Соль йодированная	75	19,87	20,79	0,07	266,87
ТТК57	13792	Индейка в томатном соусе Филе из индейки / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	14,30	33,30	0,49	358,87
№ 393/97	656	Сосиска отварная Сосиски "Вятские"	60	6,80	14,77	0,25	161,13
Гарниры и соусы							
65	14478	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% (/ Вода) / Масло сливочное "Пестрава"72% / Соль йодированная	100	1,82	2,60	14,06	86,91
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК	БП-00000468	Булочка Гребешок со сгущенным молоком Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных; (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Масло растительное / Яйцо свежее	40	6,15	4,35	27,20	172,55
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	4,15	3,90	29,51	169,74
ТТК	17431	Пирожок со свежей капустой и луком Яйцо свежее / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных; (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш из свежей капусты с луком / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Масло растительное	50	1,26	3,80	4,12	55,75
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб ржанно-пшеничный Хлеб из пшеничной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Зав. производством:

Ответственный за питание
СанПиН 2.3.2/4.3590.20

Газизова О.Н. _____/

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава":

Мухина О. А. /

Россия, 445000, Самарская обл., Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

E-mail: ooo-lubava-82@mail.ru